Narcisme nader bekeken

Er zitten narcistische trekken in elke persoonlijkheid, maar dit lijkt in de verste verte niet op de pathologische narcistische persoonlijkheidsstoornis (NPS). Narcistische personen zijn de oorzaak van veel pijn en leed, vooral in relaties. Wie zijn ze? Waarom is het zo moeilijk? Hoe gaan ze te werk? Wat houdt je bij ze? Hoe ga je er mee om en hoe herstel je van de relatie met een narcist? Deze special over het 'kwaadaardige' narcisme geeft je antwoord op al deze vragen.
Een persoon die lijdt aan NPS - een narcist - lijdt aan extreem egocentrisme
Volgens de beschrijving in de DSM IV (een classificatiesysteem voor psychiatrische aandoeningen) is er bij de narcistische persoonlijkheidsstoornis sprake van een patroon van zichzelf geweldig vinden, grootheidswaanzin, de noodzaak om bewonderd te worden en een gebrek aan inlevingsvermogen in anderen.

Narcisten, wie zijn dat?

Mensen met een narcistische persoonlijkheidsstoornis functioneren op het eerste gezicht prima: ze zijn charmant, welbespraakt en lijken autonoom. Maar achter het masker van de narcist liggen leegte, angst, afhankelijkheid en misbruik op de loer. Meer over de symptomen en de omschrijving van een persoon met NPS lees je in het artikel: Narcisme kenmerken

Heb ik een narcistische relatie?

Hoewel het fenomeen van buitensporig narcisme zo oud is als de mensheid, is de formele diagnose van de NPS pas in 1990 opgenomen in de DSM. Narcisme wordt meestal beschreven door een lijst van gedragingen waarvan de meeste betrekking hebben op het individu zelf. In deze serie artikelen lees je vooral over de manier waarop narcisme interfereert met relaties. Er is geen betere manier om de diagnose narcist vast te stellen, dan door te kijken naar zijn relaties en hoe hij zijn narcistisch misbruik toepast op zijn (ex)partners. Meer hierover het artikel: Narcisme in relaties

Leef ik met een narcist?

Bij het kwaadaardige narcisme zien we dat de narcistische thema's (grootheidswaanzin, egocentriciteit, buitensporige eigenliefde) vergezeld gaan met mentaal misbruik, antisociaal gedrag, sadisme en/of paranoïde (ziekelijke achterdocht). Hierbij dient de relatie met de ander uitsluitend voor de eigen behoeftebevrediging en wordt de ander de leverancier van die bevrediging. Dit gaat gepaard met kilheid en een gebrek aan empathie. Leven met een narcist is een verwarrende, onzeker makende en uitputtende ervaring. Wil je weten waarom, ga dan naar: Leven met een narcist

Hoe worden mensen narcistisch?

Narcisme is vaak een onderdeel van een kluwen van psychische problemen. De psychoanalyticus zoekt uiteraard de verklaringen in de jeugd, maar narcisme heeft wellicht ook te maken met een erfelijke aanleg ook al is daar nog maar weinig over bekend. Waarschijnlijk zijn er bepaalde aangeboren eigenschappen die invloed hebben op narcisme en

is het daarnaast een reactie op een traumatische ervaring in de jeugd. Over de oorzaken en ontwikkeling van narcisme gaat het artikel: Hoe ontstaat narcisme?

Wat zijn de patronen van narcistisch gedrag?

NPS is een zeer complex psychologisch-gedragsmatig syndroom, dat degene die er van dichtbij door getroffen worden, verwart en verlamt. De geest van de narcist is wild chaotisch, vol met conflicten en ongeveer net zo voorspelbaar als de kogels in Russisch Roulette. Toch is er een duidelijk patroon te herkennen. Meer over het gedrag van de narcist in het artikel: Hoe gaat een narcist te werk?

Wat is narcistisch misbruik?

Als slachtoffers van narcistisch misbruik voor het eerst leren over narcisme zijn ze allemaal even overweldigd en beseffen ze, dat ze er niet alleen voor staan en dat zij niet gek zijn! Het is alsof ze ontwaken uit een boze droom. Dan beginnen ze hun situatie nader te onderzoeken. Ze beginnen om de waarschuwingssignalen die ze zo lang negeerde te zien. Hier wordt uitgebreid op ingegaan in het artikel: Narcistisch misbruik

Hoe pak je een narcist het beste aan?

Omgaan met narcisten is geen eenvoudige zaak. Het beste advies zou hier eigenlijk moeten zijn; ga niet met ze om! Zo gemakkelijk is het helaas niet altijd. Een aantal tips en waarschuwingen die de omgang kunnen vereenvoudigden zijn te lezen in het artikel: Hoe ga ik om met een narcist?

Hoe herstel ik van een narcistische relatie?

De aap kruipt beetje bij beetje uit zijn mouw, het vervolg is steeds hetzelfde. De weg terug wordt alsmaar moeilijker, want jij wordt alsmaar zwakker. Alles ligt immers ook altijd aan jou. Je bedenkt van alles, zoekt allerlei oorzaken, graaft tot in het diepste, ook van jezelf, maar je komt er niet uit. Totdat de werkelijkheid van de narcist aan het licht komt. Wanneer je de narcist gaat verlaten, is het omdat het misbruik ondraaglijk is geworden. Heb je eenmaal gebroken met de narcist in je leven, dan zul je binnen niet al te lange tijd je langzaam steeds beter gaan voelen. Het is ook de tijd om te blijven leren over hoe jezelf te beschermen en je verder te concentreren op jezelf en je herstel. De verschillende fases waar je doorheen gaat na een relatie met een narcist, worden beschreven in het artikel: Herstellen van narcistisch misbruik

Is een narcistische persoonlijkheid veranderbaar?

Narcisten zijn onverbeterlijk en zijn welbekend moeilijk te veranderen. wel heb je de keuze om zelf veranderingen aan te gaan. Als je hem verlaat, kan het zijn dat hij zegt dat hij zal veranderen. Het kan ook zijn dat hij zegt dat hij hulp gaat zoeken. Lees verder in het artikel: Kan een narcist veranderen?

Toelichting
In de beschrijvingen van de persoon met NPS, gebruik ik het voornaamwoord "hij", om het

omslachtige "hij / zij" en "zijn / haar" te vermijden. Psychologische literatuur, concludeert namelijk dat mannelijke NPS-ers talrijker zijn dan de vrouwen.
De literatuur beweert ook dat NPS relatief zeldzaam is, het treft naar schatting 1% van de bevolking. Het probleem, zoals de psychologische literatuur zelf toegeeft, is dat het niet in de aard van de narcisten ligt om toe te geven dat ze een probleem hebben of om professionele hulp zoeken. Gezien dit feit, heb ik alle reden om te concluderen dat de statistieken in de literatuur verdacht zijn. De eenvoudige waarheid is, dat we niet echt weten hoeveel personen met NPS er onder de bevolking leven, noch dat we weten hoeveel ellende NPS aanricht.

In deze special deel ik mijn observaties en begrip van kwaadaardig narcisme. Als schrijver, wil ik mijn vermogen gebruiken om te beschrijven en dingen uitleggen op een manier die duidelijk en zinvol is voor iedereen. Dus, hier vind je veel voorbeelden van narcistische gedrag en leer je waarom jou normale gedrag geen resultaat oplevert bij mensen met een narcistische persoonlijkheidsstoornis. Mijn doel is om bij te dragen wat ik kan aan het begrip van een NPS en de slachtoffer van een narcist te helpen begrijpen wat er gaande is. Ik ben geen expert. Dit zijn slechts de opmerkingen en redenering van iemand die een lange ervaring met narcisten heeft en weet dat anderen ook deze ervaring hebben. Deze publicatie is niet bedoeld als professioneel advies van welke aard ook.



Narcisme kenmerken

Hoe herken je een narcist? Dat is niet zo gemakkelijk want narcisten zijn er in vele soorten en maten. Ze kunnen heel "normaal" overkomen en overtuigend liegen. Met hun charme en flamboyante verschijn…



Narcisme in relaties

Narcisten zijn meestal niet in staat tot het behouden van een gezonde relatie. Velen hebben een roerige geschiedenis van relaties en veel emotionele bagage. Zij nemen, ze vragen, ze verwachten. In rui…



Leven met een narcist

Leven met een narcist kan dan wel spannend zijn, het is altijd belastend, vaak schrijnend en zeker uitputtend. Het is eerder overleven dan leven... Hoe herken je het? Hoe kun je de liefde die je opslu…



Hoe ontstaat narcisme?

Is pathologisch narcisme de uitkomst van erfelijke eigenschappen - of het trieste resultaat van misbruik of een trauma? Of, is het de samenloop van omstandigheden waardoor narcisme ontstaat? De narcis…



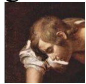
Hoe gaat een narcist te werk?

Hoe doet de narcist het? Hoe gaat iemand met dergelijke absurd en schadelijk gedrag te werk. Hoe overtuigd hij schijnbaar normale mensen? Hoe word je verliefd op hem? Of zelfs nog verwarrender; waarom…



Narcistisch misbruik

Leven met een narcist is pijnlijk en verwarrend. Vaak blijft het niet alleen bij de pijnlijke situaties met verbaal geweld, de psychische mishandeling is slechts een onderdeel van een grotere en meer…



Hoe ga ik om met een narcist?

Omgaan met een narcist kan uitdagend zijn. Niks wat in het normale leven, met normale mensen werkt, functioneert bij een narcist. Probeer niet hem te begrijpen, dat lukt je niet, je hebt een andere co…



Herstellen van narcistisch misbruik

Wanneer je jezelf bevrijd van de macht die de narcist in jouw leven op je had, is het noodzakelijk om je te realiseren dat je door verschillende fases van herstel gaat. Kennis van narcisme en inzicht…



Kan een narcist veranderen?

Velen van ons leven met het idee dat we die ander wel kunnen veranderen. We denken dat als we maar genoeg van ze houden, genoeg voor ze doen, als we onszelf genoeg veranderen, als we hen de hulp biede…



Wat is een 'narcistische woede'?

Sommige mensen ontploffen over dingen waar een 'normale persoon' nooit zo boos over zou zijn. Niet het boos worden op zich, maar boos worden over zaken waar een normaal mens niet zo boos over zou word…

Bron:

http://mjon.infoteur.nl

2012